



**University of
Zurich**^{UZH}

**Zurich Open Repository and
Archive**

University of Zurich
University Library
Strickhofstrasse 39
CH-8057 Zurich
www.zora.uzh.ch

Year: 2015

Humor in der sozialen Arbeit : Warum Humor wichtig ist und was der Humor in der Sozialen Arbeit zu suchen hat

Hofmann, Jennifer

Abstract: Erklärt man einen Witz, ist er nicht mehr lustig. Versucht man Humor zu kategorisieren, stösst man an Grenzen: Kultur, Persönlichkeit, Wissen und Kontext beeinflussen, wer wann was lustig findet und warum. Trotzdem helfen uns Theorien und Forschung, Mechanismen und Funktionen des Humors in der zwischenmenschlichen Interaktion zu verstehen.

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich

ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-108482>

Journal Article

Published Version

Originally published at:

Hofmann, Jennifer (2015). Humor in der sozialen Arbeit : Warum Humor wichtig ist und was der Humor in der Sozialen Arbeit zu suchen hat. SozialAktuell, (2):10-13.

Humor ... in der Sozialen Arbeit?

Warum Humor wichtig ist und was der Humor in der Sozialen Arbeit zu suchen hat

Text: Jenny Hofmann Bilder: Wes Naman

Erklärt man einen Witz, ist er nicht mehr lustig. Versucht man Humor zu kategorisieren, stösst man an Grenzen: Kultur, Persönlichkeit, Wissen und Kontext beeinflussen, wer wann was lustig findet und warum. Trotzdem helfen uns Theorien und Forschung, Mechanismen und Funktionen des Humors in der zwischenmenschlichen Interaktion zu verstehen.

Humor ist wichtig – natürlich. Nicht nur in der Sozialen Arbeit, sondern auch in Lehrberufen, in der Pflege, in der Firma, im Privatleben – eigentlich überall. Dabei drängen sich gleich zwei Fragen auf: erstens, *warum eigentlich?* Warum brauchen wir Humor in der Sozialen Arbeit (oder in anderen Lebensbereichen)? Und zweitens: *wie denn?* Wie sollen wir Humor anwenden?



Hier zwei einfache Antworten: erstens, weil Humor gut tut. Zweitens, zu viel ist zu viel, zu wenig ist zu wenig – auf die Mischung und den Kontext kommt es an. Alles, was über diese beiden floskelhaften Antworten hinausgeht, bereitet auch gestandenen (Humor-)Forschern immer noch Kopfzerbrechen. *Warum das?*

Humor ist ein komplexes Phänomen – die Arten, Humor zu verwenden, sind vielfältig, und ob Humor angebracht ist oder nicht (oder ankommt oder nicht), hängt von einer Menge von Faktoren ab. Um nur wenige Beispiele anzuführen: Es gibt interindividuelle Unterschiede in Humorpräferenzen, der Art, ob, wann und wo Humor angewendet wird, ob jemand gerne humorvoll interagiert oder nicht. *Persönlichkeit* spielt also eine Rolle. Aber auch der *soziale Kontext*, die *Beziehung* zwischen zwei Akteuren, *soziale Regeln* und Normen beeinflussen den Ausdruck von Humor.

Humor tut gut

Humor löst Erheiterung aus, eine positive Emotion. Positive Emotionen sind für die Steigerung des Wohlbefindens massgeblich verantwortlich. Die Forschung hat gezeigt, dass Elemente des Sinns für Humor Individuen helfen können, Probleme, Krankheiten und negative Erlebnisse zu bewältigen (z.B. Umgang mit Stresssituationen, soziale Interaktionen, die Förderung von Kreativität, die Steigerung der Lebenszufriedenheit). Ferner konnte die Forschung zeigen, dass Humor als Charakterstärke mit Lebenszufriedenheit zusammenhängt.

Die fünf «W» des Humors

Warum wir lachen, wurde am Beispiel des Witzes untersucht. Der Witz als überschaubare Einheit ist auch als «die Fruchtfliege» der Humorforschung bekannt. Eine relativ simple Einheit, die sich gut (und auch in Isolation) untersuchen lässt. Die Familie von «Inkongruenztheorien» möchte zum Beispiel erklären, wie Witze funktionieren und welche Strukturen Witze lustig machen. Die Forschung hat gezeigt, dass zwei grundlegende Strukturen in Witzen gefunden werden können: Inkongruenz-Lösungs-Witze und Nonsens-Witze. Die allermeisten Witze können in diese beiden Kategorien eingeteilt werden. Bei Inkongruenz-Lösungs-Witzen wird nach dem Aufbauen einer Erwartung und der Lösung eines anschliessenden Widerspruchs zu dieser Erwartung (in der lustigen Pointe) ein Witz vollkommen erklärbar. Hier ein Beispiel:

Steigt ein Sozialarbeiter in ein Taxi. Fragt der Taxifahrer: Wo möchten Sie denn hin? Antwortet der Sozialarbeiter: Egal – ich werde überall gebraucht.

Im ersten Teil wird eine Erwartung aufgebaut: Wir würden erwarten, dass der Fahrgast eine Adresse angibt. Die Antwort des Mannes ist inkongruent: Es macht auf den ersten Blick keinen Sinn, nicht zu wissen, wo man hinwill. Dann kommt aber das «Ahamoment» – wir verstehen, welches Verständnis der Sozialarbeiter von seiner Arbeit hat, und somit ergibt die Aussage trotzdem Sinn. So löst sich die Inkongruenz in der Pointe, und wir sind (vielleicht) erheitert. Bei der zweiten Art von Witzen kann die Inkongruenz nicht vollständig oder gar nicht gelöst werden (Nonsens-Witze):

Zwei Fleischkäse sitzen auf einem Tablar. Der eine Fleischkäse fällt hinunter. «Hilfst du mir wieder hoch?», fragt er den anderen Fleischkäse. «Nein», erwidert dieser.

Zum Thema



Esther Forrer Kasteel

ist Leiterin Master in Sozialer Arbeit (MSc) an der ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Standort Zürich, und Mitglied der Redaktionsgruppe von SozialAktuell.



Christa Boesinger

ist Redaktionsleiterin von SozialAktuell.

Humor in der Sozialen Arbeit

Liebe Leserinnen und Leser

Worüber lachen Sie? Worüber nicht? Warum lachen Sie, und warum vergeht Ihnen manchmal das Lachen? Warum lacht am besten, wer zuletzt lacht? Wann haben Sie das letzte Mal herzhaft gelacht? In welchem Kontext war dies und mit wem?

Wir alle besitzen unseren eigenen Humor, und sein Einsatz hängt von vielen Faktoren ab. Wer wann was lustig findet und warum ist Gegenstand der Gelotologie, der Wissenschaft der Auswirkungen des Lachens.

In der Februarausgabe nehmen wir den Humor ernst. Wir gehen der Frage nach, warum er wichtig ist und was er in der Sozialen Arbeit verloren hat. Ob für Sozialarbeitende oder ihre Klientel, Humor gilt als Bewältigungs- oder Interventionsstrategie, mit welcher sich Probleme auch mal relativieren lassen.

Unsere AutorInnen gehen dem komplexen Phänomen auf den Grund. Sie zeigen auf, wie und welche Art von Humor in Beratung und Therapie eingesetzt werden kann und welche (humorvollen) Methoden und Techniken im Kontext der Sozialen Arbeit zur Anwendung kommen. Praxisbeispiele aus der Präventionsarbeit, der Suchthilfe, einem Zirkus oder einem Lachyoga-Seminar veranschaulichen das Potenzial des Humors, und ein Humorarbeiter und eine Clownin geben uns Einblicke in ihre Tätigkeit, in welcher sie mit dem Arbeitsinstrument Humor zwischendurch an Grenzen stossen.

Wir hoffen, Ihnen mit dieser Ausgabe den einen oder anderen Lacher zu entlocken. Viel Spass bei der Lektüre!

«Humor ist einfach eine komische Art, ernst zu sein.» Peter Ustinov, Schauspieler

Wie der Name «Nonsens» besagt, macht dieser Witz logisch keinen Sinn.

Worüber wir lachen, findet zum Beispiel in einer Familie von Theorien eine Antwort, welche unter dem Namen der «Superioritätstheorien» bekannt sind. Diese Theorien (siehe z.B. Thomas Hobbes) gehen davon aus, dass wir über Personen, Charakterzüge oder Situationen lachen, die bewirken, dass wir im Vergleich zum Opfer des Lachens weniger dumm, hässlich, tollpatschig etc. dastehen. Durch das Lachen erhöhen wir unser Selbst. Keineswegs verstaubt, dieses Theoriegut – lassen Sie sich im Zweifelsfalle einige *youtube clips* von «Pleiten, Pech und Pannen» vorführen. In diesen Theorien hat das Lachen zum Teil aggressive Komponenten oder kommt dem Spott gleich. Zudem lassen diese Theorien auch an der wohlwollenden Natur des Humors zweifeln.

Wer lacht und in welcher Form (wie) Humor geäußert wird, wurde zum Beispiel im Rahmen der Persönlichkeitspsychologie und der Positiven Psychologie untersucht. Persönlichkeitsunterschiede in der Perzeption und Rezeption von Humor werden seit den 1980er-Jahren intensiv untersucht. Dabei zeigte sich, dass Extraversion vor allen anderen Persönlichkeitsmerkmalen darüber bestimmt, ob Menschen viel lachen oder leicht zum Lachen zu bringen sind. Heiterkeit als Temperamentsmerkmal kann voraussagen, ob Leute gerne humorvoll interagieren, generell einen heiteren Interaktionsstil haben und auch unter widrigen Umständen eine heitere Perspektive gegenüber der Situation aufrechterhalten können. Personen mit hohen Ausprägungen in Heiterkeit neigen dazu, weniger körperliche Symptome zu berichten, sind resilienter gegen Stress, haben bessere Coping-Strategien, sind zufriedener mit ihren Beziehungen und fühlen sich sozial besser unterstützt. Im Hinblick auf *Humorpräferenzen* zeigte sich, dass liberal denkende Personen lieber nonsenshafte oder groteske Witze mögen, während konservativ eingestellte Personen Inkongruenz-Lösungs-Witze bevorzugen.

Natürlich wirken sich solche Persönlichkeitsunterschiede und Humorpräferenzen auf den «Humor in der Sozialen Arbeit aus»: Das Temperament eines Sozialarbeiters oder eines Klienten wirkt sich darauf aus, ob er generell humorvoll interagieren mag oder dies gut kann. Konkret bedeutet dies, dass das heitere Temperament eines Sozialarbeitenden nicht ausreicht, um eine humorvolle Atmosphäre zu schaffen, wenn es auf ein generell sehr ernsthaftes oder melancholisches Gegenüber trifft. Im Gegensatz dazu kann der Tipp, einer Situation auch unter widrigen Umständen etwas Positives abzugewinnen, wunderbaren Anklang finden, wenn zwei Heitere aufeinandertreffen. Es fragt sich also, inwiefern die Passung zwischen dem Sinn für Humor der beiden Akteure das Gelingen des Humors beeinflusst.

Humor kann in verschiedenen Formen angewendet werden. Die Positive Psychologie konzentriert sich dabei auf die tugendhaften und «moralisch exzellenten» menschlichen Verhaltensweisen. Im Zuge dieser Forschung wurde Humor als eine der 24 universellen Charakterstärken definiert. Humor dient dabei mehreren Tugenden (z.B. Transzendenz, Weisheit, Gerechtigkeit), wobei die Beziehung zur Humanität am stärksten ist. Im Speziellen sind zudem die Rollen von wohlwollendem (benevolentem) und korrektivem Humor als Arten des Humorgebrauchs zu erwähnen. Humor dient nämlich nicht nur dazu, andere zum Lachen zu bringen und so positive Gefühle oder den Gruppenzusammenhalt zu fördern, Humor kann durchaus auch Missstände zu korrigieren oder Kritik in wohlwollender Form anzubringen versuchen.

Jenny Hofmann,

Dr. des., Postdoc am Psychologischen Institut Universität Zürich (Schwerpunkte Humor, Lachen, positive Emotionen).



Eine Beispielaussage für benevolenten Humor wäre: *«Auch bei unangenehmen Vorkommnissen kann ich Abstand zu Dingen halten und etwas Erheiterndes bzw. Komisches daran entdecken.»* Benevolenter Humor hilft also dabei, allem Menschlichen, Schwächen oder Imperfektionen, etwas Wohlwollendes, Humorvolles abzugewinnen. Dies ist übereinstimmend mit philosophischen Traditionen, Humor als «Weltsicht» anzusehen, als eine heitere, wohlwollende und gelassene Einstellung gegenüber sich selbst, den Menschen und der Welt.

Korrektiver Humor zielt darauf ab, auf Missstände hinzuweisen und auf diese korrektiv einzuwirken (z.B. in politischer Satire). Eine Beispielaussage zur Erfassung von korrektivem Humor wäre: *«Ich habe eine kritische Haltung gegenüber überheblichen und ungerechten Menschen, und mein Spott dient der Herstellung von Gleichheit und Gerechtigkeit.»* Es ist ersichtlich, dass diese Humorformen über das pure «andere zum Lachen bringen» hinausgehen und tugendhafte Komponenten umfassen. Diesen beiden Formen von Humoranwendung können für die Soziale Arbeit speziell fruchtbar sein. Sozialarbeitende können ihre eigene Anwendung von Humor reflektieren und versuchen, diese Humorformen gezielt einzusetzen. Personen, die angeben, korrektiven Humor sehr oft einzusetzen, sollten sich im Klaren sein, dass diese Art von Humor auch problematisch sein kann, wenn das Gegenüber die moralisch-gute Komponente dabei nicht versteht (z.B. aufgrund einer Sprachbarriere oder von Stress).

In vielen Berufsgruppen ist Humor als Charakterstärke zudem ein Kernmerkmal, zum Beispiel bei (Therapie-)Clowns. Es ist aber zu beachten, dass Humor nicht in allen

Umfeldern ausschliesslich als positiv bewertet wird. Im Schulklassenverband werten Lehrkräfte hoch humorvolle Kinder und Jugendliche manchmal als störend. Sogenannte Klassenclowns brechen Regeln, produzieren Humor im Unterricht und bringen die Mitschüler zum Lachen, wenn es der Lehrkraft ungelegen kommt. Humor ist bei Klassenclowns eine Topstärke (bei rund 30 Prozent der Klassenclowns ist Humor die Stärke auf dem ersten Platz, bei 75 Prozent steht er unter den ersten fünf der 24 Stärken). Während der Begriff des Klassenclowns meist eher negativ konnotiert ist, haben Klassenclowns bestimmte Stärken, die ausgelebt werden möchten (aber in der Schule nicht immer ausgelebt werden können oder sollen). Dies zeigt, wie wichtig Angebote sind, die Humor ausserhalb des Schulkontexts fördern. Unsere Studien konnten dabei zeigen, dass Freizeitverbände wie die Pfadfinder andere Möglichkeiten bieten, Humor als Charakterstärke auszubauen, und stellen daher eine gute Ergänzung zur schulischen Bildung dar. Dies zeigt Chancen für die Jugendarbeit auf: Humor kann auch hier vielfältig integriert und gefördert werden, wie es in der Schule nicht möglich ist.

Mit wem Humor gelingen kann, hängt zum Beispiel (aber nicht nur) von Humorpräferenzen ab. Treffen die Akteure den Humor des anderen, kann dies viel zu wahrgenommener Nähe und Verständnis beitragen, den Gruppenzusammenhalt fördern und das positive Erleben steigern. Sind die Humorpräferenzen sehr unterschiedlich, kann das Einbringen von Witzen oder Spässen zu einem schlechteren Gruppenklima führen. Ein Weg, mehr über die Humorpräferenzen der Zielgruppe in Erfahrung zu bringen, wäre zum Beispiel, verschiedene Arten von humorvollen Stimuli vorzugeben (Videoclips, Cartoons, Witze). Solch eine Übung kann z.B. im Rahmen der Jugendarbeit gar eine Auflockerung oder ein Eisbrecher sein. Zudem kann es den Sozialarbeitenden helfen, den Humor der Gruppe (und so indirekt auch die Gruppe) besser zu verstehen.

Auch die Art, wie Humor wahrgenommen wird, kann massgeblich das gegenseitige Verständnis beeinflussen: Basiert eine Pointe auf vermeintlich geteiltem (also beiden Seiten zur Verfügung stehendem) Wissen (das in Wahrheit aber nicht geteilt wird), wird der Humor misslingen. Wird der

nett gemeinte Witz des Klienten als boshaft oder abwertend interpretiert, kann dies zu Missverständnissen führen. Dies ist wichtig, weil es eine Gruppe von Personen gibt, welche Humor systematisch missverstehen: Gelotophobe (Personen mit einer Angst davor, ausgelacht zu werden) beziehen alle Arten von Lachen und Humor negativ auf sich selbst (fühlen sich ausgelacht) und werten Humor als Waffe, um andere abzuwerten und zu verspotten. Findet man sich einer gelotophoben Person gegenüber, sollte Humor tunlichst vermieden werden, bis man sich besser kennt und einschätzen kann, welche Arten von Humor angebracht sind.

Fazit

Ich kann Ihnen also zum Abschluss zwei Spezifikationen zu den eingangs dargelegten Fragen und Antworten geben: Humor soll eingesetzt werden, weil er positive Gefühle auslösen und so eine Beziehung stärken kann. Dabei ist die Persönlichkeit der Akteure entscheidend dafür, ob Humor gelingt. Humor ist eine Stärke, die gepflegt und gefördert werden soll – vor allem die benevolenten und tugendhaften Formen. Für alle verbleibenden Unklarheiten und offenen Fragen halte ich es mit Faust (frei interpretiert): *Habe nun, ach, studiert das Lachen und den Humor. Da steh' ich nun, ich armer Tor, und bin so klug als wie zuvor.*

Zu den Bildern

Scotch Tape Photography

Wer macht die hässlichste Fratze? Das fragen sich die Spanier in Bilbao seit 1978, während des alljährlichen Hässlichkeitswettbewerbs «Concurso de Feos». Zunge raus, Augenbrauen hoch, Augen verdrehen und noch etwas mit den Händen nachhelfen – welches Kind schneidet nicht ab und zu gerne mal eine Grimasse? Oder erinnern Sie sich an den Mann, mit den vierzig Grimassen pro Minute? So nannten die Franzosen ihren populären Komiker Louis de Funès. Als Gendarm brachte er Jung und Alt zum Lachen. Wes Naman hatte vor ein paar Jahren eine ganz eigene Idee, um seinen Modellen Grimassen ins Gesicht zu zaubern. Mit Klebeband rückte der amerikanische Fotograf Nasen, Lippen oder Augenbrauen in alle Richtungen. Die Resultate hat er uns für die Humorausgabe zur Verfügung gestellt. Wer es selber ausprobieren will, tut gut daran, vorgängig zu testen, wie das Klebeband schmerzfrei zu entfernen ist. Oder man nimmt ein anderes Hilfsmittel, wie es Wes Naman in einer ähnlichen Serie vormacht: Auch Gummibänder eignen sich bestens, um Gesichter zu verzerren.

Redaktion SozialAktuell

www.wesnamanphotography.com

